



Herzliche Einladung zu drei Stunden „Empathie macht Schule“

**am Samstag, dem 21. Mai 2022
von 10 bis 13 Uhr
Grundschule im Gutspark**

Liebe Eltern, liebe Schülerinnen und Schüler,

manche von Ihnen und euch kennen uns bereits, andere noch nicht. Seit zwei Jahren läuft an der Gutspark-Schule das Forschungs- und Entwicklungsprojekt „Empathie macht Schule“. Das gesamte Schulpersonal nimmt an sechs Fortbildungsmodulen teil, mit den Inhalten Selbstwahrnehmung, Achtsamkeit und Beziehungskompetenz.

*In unseren beiden Workshops können Sie und Ihre Kinder mit uns die Übungen ausprobieren, die wir auch den Pädagog*innen in den Modulen zeigen. Das sind Übungen zur Selbstfürsorge und zur Achtsamkeit, die unter anderem Antworten auf die Fragen geben:*

- Was tut mir gut und was mag ich gern?*
- Wie kann ich mich nach einer Anstrengung wieder entspannen?*
- Wie merke ich, wenn ich wütend, aufgeregt, hilflos bin?*
- Und wie kommen wir miteinander in Dialog, auch wenn das Thema schwer oder die Stimmung schlecht ist?*

Wir freuen wir uns auf eine inspirierende Zeit mit Ihnen und euch.

Damit wir in Bezug auf Räume und Gruppengrößen gut planen können, bitten wir Sie um eine Anmeldung per Mail bis zum 15.5.22 an: kristina.schramm@empathie-macht-schule.de

*Herzlich,
das Vermittlungsteam von Empathie macht Schule*

*Zur Einstimmung nutzt gern unsere Website: www.empathie-macht-schule.de
Zur Zeit (4.5.22) gelten für Schulen folgende Corona-Regeln: 3G, eine Maske muss nicht getragen werden*